



Placer foldet spilerdug med åbninger ud mod og **10 cm. fra madraskant**. Placer Alseat så kanten **flugter** madraskant.



Person sidder **helt inde på sædet** og griber om strop og **kigger** op på hjælper.



Bed personen **læne sig tilbage** og **vip derefter personen** tilbage ved at strække i **dine ben**. **Grib yderst på vægtstangen!**



Drej/gå personen ind i seng mens personen er vippet **i en rolig bevægelse**



Afslut bevægelsen med at vende personen på siden og fjern Alseat ved at gribe i rygdelens hul.

eller



Afslut bevægelsen med at vende personen på ryggen Bed person om at vippe til siden evt. og fjern Alseat ved at gribe i rygdelens hul. **PS. Tryk ikke** ned på vægtstangen.